

Fasten und Fastenkursleiter/in

Online Seminar

NATURHEILKUNDE



Fasten ist der freiwillige Verzicht auf feste Nahrung und Genussmittel für eine begrenzte Zeit – zur Reinigung von Körper, Seele und Geist. Fasten bedeutet auch Rückzug aus dem Alltag und Hinwendung zu sich selbst, es stellt eine wichtige Säule der Prävention und Gesundheitspflege dar.

Als Fastenleiter/in führen Sie Fastenseminare durch, halten Vorträge, leiten Fastengruppen oder wenden als Heilpraktiker/in ihr Wissen in ihrer Praxis an.

Seminarthemen:

- gesund und fit durch Fasten
- verschiedene Fastenmethoden (Dr. Buchinger, Dr. Lützner, Schrothkur, Hildegard von Bingen, F.X. Mayr, Saft-,

Teefasten usw.)

- Was passiert im Körper während des Fastenstoffwechsels?
- Entschlackung, Entgiftung, Entlastungstage
- Kostumstellung und Getränke
- psychische Faktoren, Bewegung, Ruhe und Entspannung
- Hintergrundwissen zum Fasten, Indikation und Kontraindikation
- Gestaltung einer Fastenwoche
- Fastenbrechen, Aufbau tage, Ernährung nach dem Aufbau tag
- typgerechte Ernährung und Vollwertkost
- Übungen, unterstützende Maßnahmen, Selbsterfahrung

Die Teilnehmer/innen des Kurses fasten und ruhen zwischen den einzelnen Unterrichtsmodulen unter Begleitung der Dozentin (Entlastungstag, 5 Fastentage, Aufbau tag). Während des Seminars erhalten Sie umfangreiches Lehrmaterial und Ihr Erfolg wird durch das Paracelsus Zertifikat „Fastenleiter/in“ bescheinigt.

Dozent/in Dipl.oec.troph., HP Bettina Knörr: Jg. 1961; Haushalts- und Ernährungswissenschaftlerin mit Abschluss Diplom-Oecotrophologin der Justus-Liebig-Universität Gießen. Als Ernährungsberaterin mit Krankenkassenzulassung und Heilpraktikerin ist sie in eigener Praxis in Rosenheim tätig. Zu den Schwerpunkten gehören die individuelle Ernährungsberatung, Psychosomatik, Energiemedizin, PSE, Klangmassagen, Schüßler-Salze, Antlitzdiagnose u.w. Neben der Praxistätigkeit ist sie seit 1998 Dozentin an den Paracelsusschulen, Lehrbeauftragte für Ernährungswissenschaften, Mitglied in VFED und Änro, hält fachliche Beratungen und Vorträge zu Themen der Gesundheit und Ernährung.

Termine:

Mo. 30.09.2024

Di. 01.10.2024

Mi. 02.10.2024

Mo. 07.10.2024

Di. 08.10.2024

Mi. 09.10.2024

jew. 09:00-13:00 Uhr

Preis:

570,- Euro *



**Paracelsus Schule
Onlineunterricht**

Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:

SSC111071024

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

